

食中毒とその予防について

堺市健康福祉局 保健所 食品衛生課

一緒に学びましょう！

堺市 ハニワ部長



食中毒ってどんなもの？

細菌やウイルスが
付着したもの

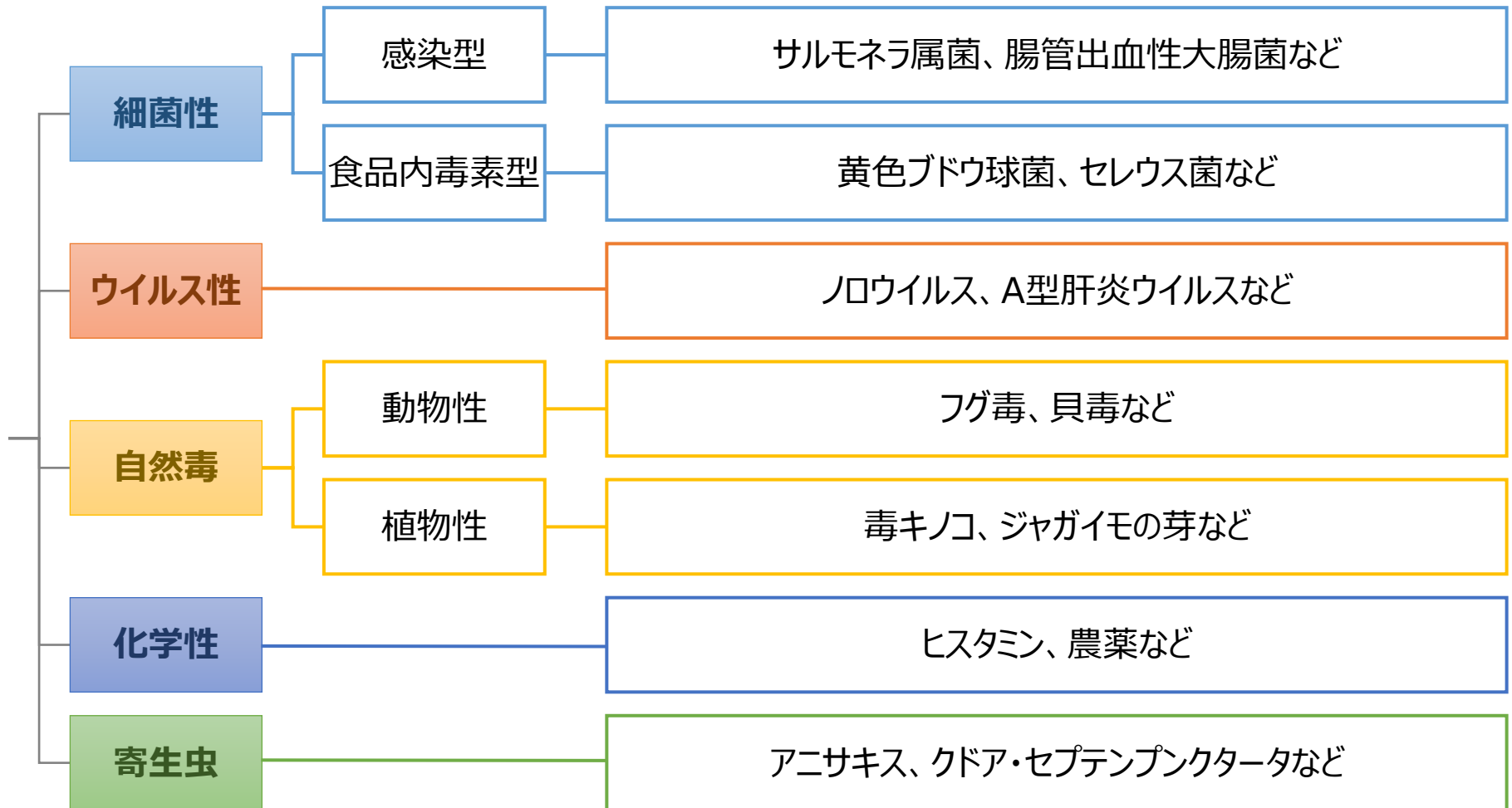
毒キノコや
ふぐ毒

食べる・飲む

健康被害



食中毒の原因



**食中毒はどれくらい
起きている？**

食中毒事件統計（令和7年）

都道府県別 食中毒事件数ランキング

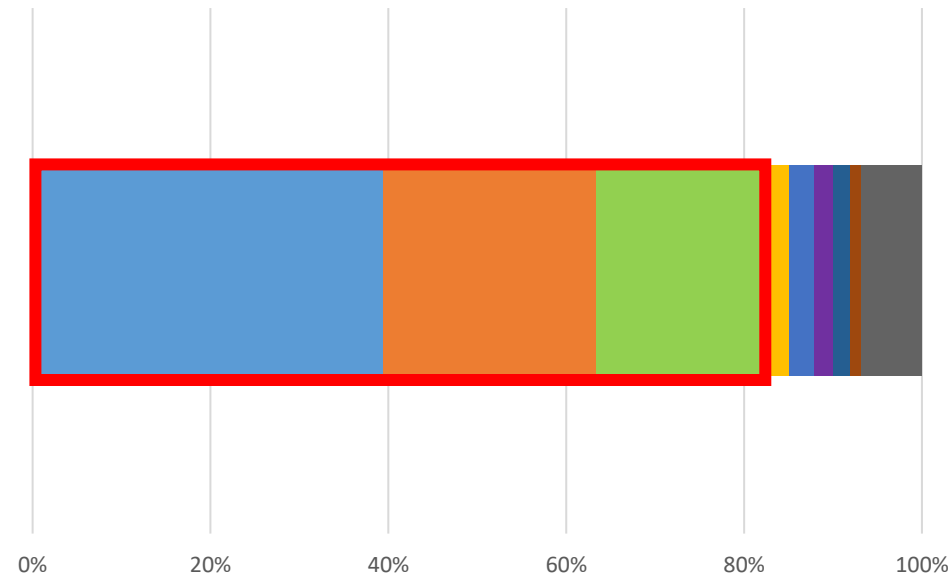
		事件数（件）	患者数（名）	死者数（名）
	全国	1,172	24,727	2
1位	東京都	133	1,307	0
2位	北海道	111	1,418	1
3位	神奈川県	91	1,272	0
4位	福岡県	65	592	0
5位	大阪府	55	1,149	0
6位	福島県	50	385	0
7位	兵庫県	41	3,878	0
8位	愛知県	37	1,999	0
9位	千葉県	27	251	0

食中毒事件統計（令和7年）

原因施設ごとの事件数・患者数

	事件数	患者数	1件当たりの患者数
合計	1,172	24,727	21.1
飲食店	658	11,724	17.8
家庭	85	132	1.6
事業場	51	1,315	25.8
旅館	50	1,922	38.4
販売店	45	102	2.3
仕出屋	44	6,146	139.7
製造所	19	1,407	74.1
学校	14	460	32.9
病院	3	214	71.3
その他・不明	203	1,305	6.4

病因物質別事件数割合

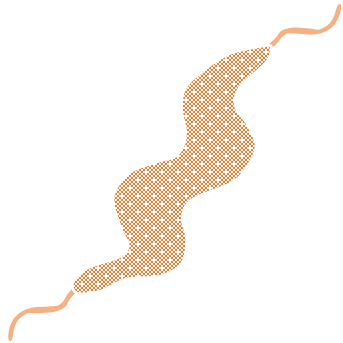


- ノロウイルス
- アニサキス
- カンピロバクター
- 自然毒(植物性)
- ウエルシュ菌
- サルモネラ菌
- クドア
- ぶどう球菌
- その他・不明

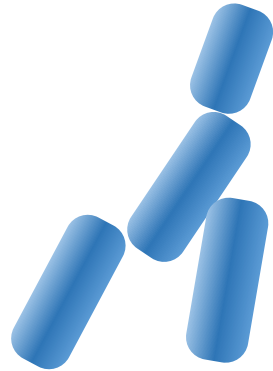
食中毒を予防するには？

特に注意すべき病原微生物

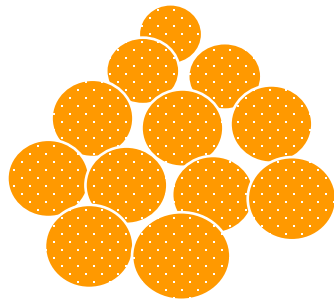
細菌性



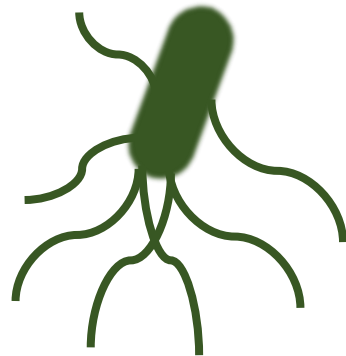
カンピロバクター



ウェルシュ菌

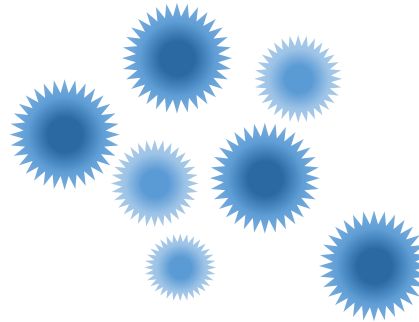


黄色ブドウ球菌



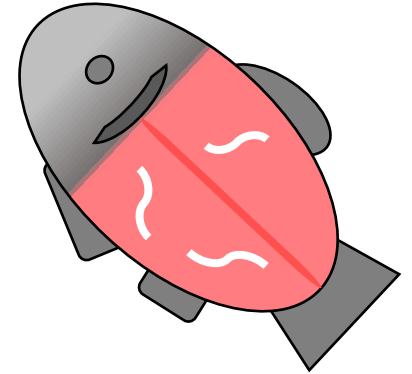
サルモネラ属菌

ウイルス性



ノロウイルス

寄生虫



アニサキス

それぞれの特徴を
理解しましょう！



細菌性食中毒予防の3原則

つけない

菌やウイルスによる
汚染から守る

清潔

しっかりと手・食品・器具を洗う
使用器具・保管を分ける

ふやさない

細菌に増殖する
機会をあたえない

時間・温度管理

低温保管・調理後は早く食べる

やっつける

細菌・ウイルスを
加熱などにより殺す

加熱・消毒

中心部まで火を通す

特徴

- ・牛や鶏などの腸にいる
- ・少量で感染
- ・10℃以下で生き続ける
- ・**熱に弱い**

原因

- ・**加熱不十分な食肉（鶏レバーの刺身・鶏肉のタタキなど）**が最多



症状

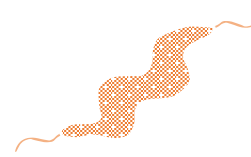
- ・喫食から発症まで1～7日かかる
- ・**腹痛、発熱、吐き気、下痢等**

予防方法

【やっつける】 十分な加熱（中心部を75℃以上、1分以上）

【つけない】

食肉の調理器具は、他と分ける
食肉に触れた器具は、しっかり殺菌・消毒する
食肉を扱った後は、十分に手洗いする



生や加熱不十分の鶏肉料理を扱う飲食店の皆さまへ

鶏肉は十分に加熱して提供しましょう

生や加熱不十分な鶏肉料理によるカンピロバクター食中毒が多発しています

カンピロバクター食中毒とは

- ・細菌性食中毒事件発生数 **ワースト1位**
- ・鶏刺し 鶏たたき 鶏わさ 焼き鳥(生焼け) 原因(疑い含む)が多数報告
- ・消化器症状(腹痛・下痢など)、その後まれに **ギラン・バレー症候群** を発症することも
※ギラン・バレー症候群: 手足・顔面神経の麻痺、呼吸困難等を起こす
- ・食中毒事件と断定された場合、**営業禁止** 等の措置を受けることもあります

安全な鶏肉料理を提供するために知っておいてほしいこと



「新鮮だから安全」ではありません!

新鮮な鶏肉でもカンピロバクターが存在している可能性があります

食鳥処理後の鶏肉のカンピロバクター汚染率 **67.4%**
(厚生労働科学研究報告「食品製造の高度衛生管理に関する研究」)



加熱用や用途不明の鶏肉を生食用※に使用してはいけません!

※独自に生食用食鳥内の衛生基準を定めている自治体もあります

取り扱う鶏肉が加熱用でないか、製品包装の表示や商品規格書の情報を見て確認しましょう

表示例: 「加熱用」「中心部まで加熱してお召し上がりください」「生食には使用しないでください」など



鶏の唐揚げを調理した時の画像
(出典: 食品安全委員会)

通常は数日で回復しますが...



まれに**ギランバレー症候群**を発症することもあります

※ギランバレー症候群
手足や顔面の麻痺、呼吸困難を起こす

参考: 細菌による食中毒 (厚生労働省HP)



特徴

- ・酸素がない状況を好む
- ・広い温度帯（12℃～50℃）で増殖できる。
（特に43℃～45℃で急速に増殖）
- ・耐熱性芽胞を形成し、100℃の加熱にも耐えられる。

症状

- ・腹痛、下痢等
- ・喫食から発症まで6時間から18時間ほど

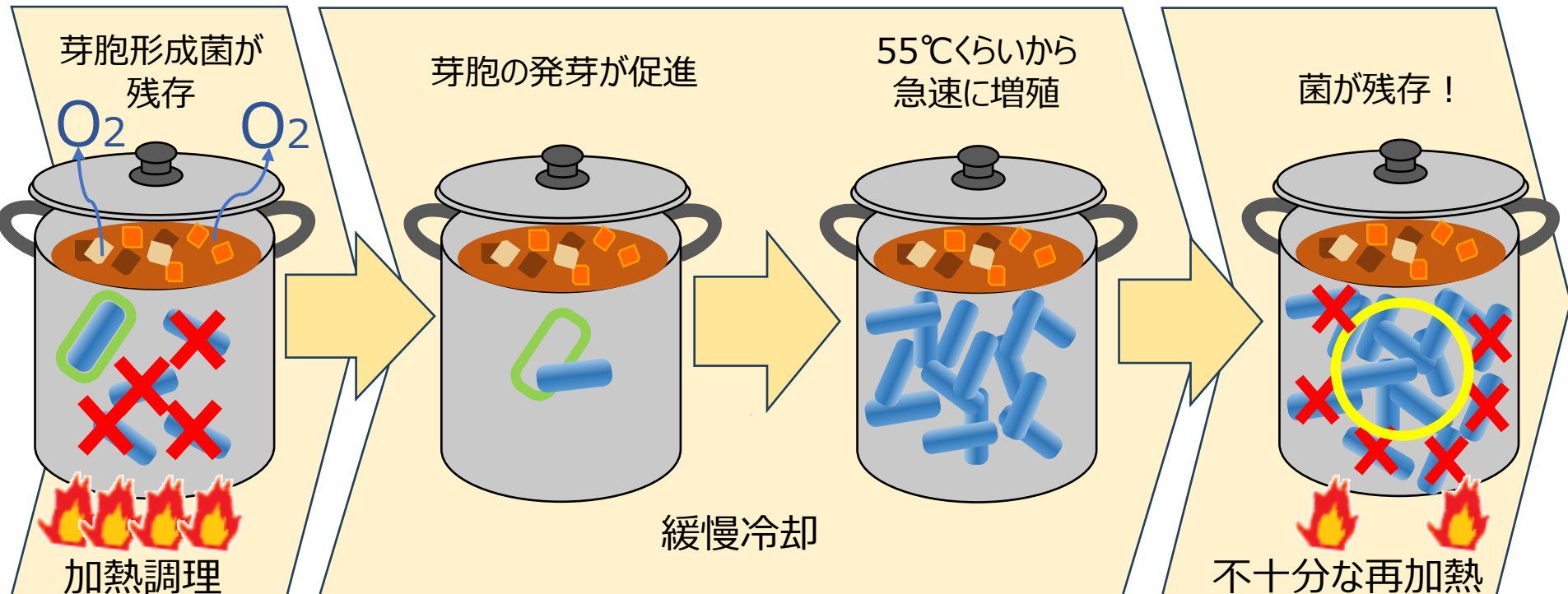
- ◆ つけないこと、やっつけることが難しい。
- ◆ ふやさないことが大切！

原因

- ・カレー、スープ、シチューなど
一度に多くの量を調理する食品



ウェルシュ菌



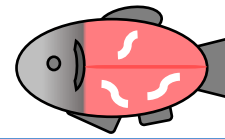
 : 芽胞  : 栄養型

1度加熱調理した食品でも、食中毒のリスクがあります！

予防方法

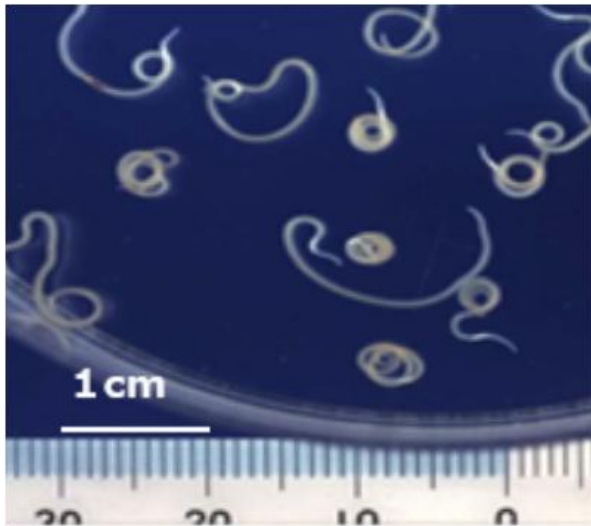
- ・出来るだけ前日調理は避ける。
- ・調理品を保管する場合は、容器に小分けするなどして速やかに冷やす。
- ・再加熱時にはよくかき混ぜながら、中心部まで加熱する。





特徴

- ・**寄生虫**の一種
- ・体長約2～3 cm、白色糸状
- ・内臓に多く寄生するが、**漁獲後は時間とともに筋肉に移行する**



症状

- ・食後1時間後から数日後に発症
- ・**みぞおちの激しい痛み**、悪心、嘔吐等

原因

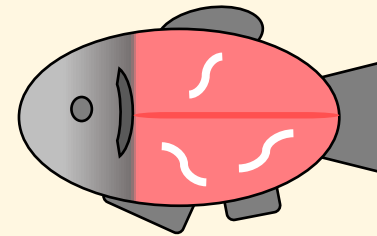
- ・様々な海産魚介類の**生食**
(サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、イカ等)

予防方法

【やっつける】

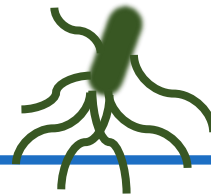
- ・ **加熱** (70℃以上、または60℃1分で死滅)
- ・ **冷凍** (-20℃で24時間以上冷凍で死滅)
(食酢・塩漬・醤油・ワサビではアニサキス幼虫は死滅しない)

- ・ **新鮮**な魚を選び、**内臓**をすぐ取り除く
- ・ **目視**でアニサキスを除去する



生食用は**鮮度**を徹底！ **目視**で確認！

中心部までの**冷凍・加熱**が有効！



特徴

- ・自然界に広く分布し、家畜・ペットも菌を保有している
- ・低温や乾燥に強い

症状

- ・感染から半日から2日で吐き気や腹痛、症状は1～4日で回復
- ・38℃前後の発熱と下痢を繰り返す

原因

- ・食肉、**卵**、ペット

生卵は賞味期限内に食べよう！



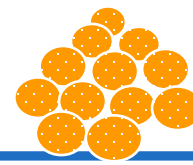
予防方法

【**やっつける**】

十分な加熱（中心部を75℃以上、1分以上）

【**つけない**】

食肉の調理器具は他と分ける
食肉に触れた器具は、しっかり殺菌・消毒する
食肉を扱った後は、十分に手洗いする



特徴

- ・自然界に広く分布し、**人の皮膚やのどなどにも生息**
- ・汚染された食品の中で**耐熱性**の毒素（エンテロトキシン）をつくる。
- ・**化膿菌**の一つとしても知られており、化膿巣には多量に存在

症状

- ・感染から3時間以内に発症
- ・**吐き気**や下痢をもよおす

原因

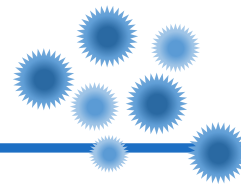
調理食品など

手や指に**傷**などがある人は、食品に直接接触らないようにしましょう！



予防方法

- 【つけない】** 調理前に、器具はしっかり洗浄する
十分に手洗いでする
- 【ふやさない】** 温度・時間の管理



特徴

- ・少量で感染し、発症率が非常に高い
- ・**感染力が非常に強く、人の手指などを介して人から人へ感染する**
- ・塩素系消毒剤が有効（消毒用アルコールは効果的でない）

症状

- ・感染から1～2日で発症
- ・吐き気・下痢・腹痛を引き起こす

原因

貝類、二次感染

予防方法

食品取扱者の体調管理を行い『**持ち込まないこと**』、
清掃・洗浄を適切に行って『**ひろげない**』、『**つけない**』こと、
そして、食品は十分加熱して『**やっつける**』ことが大切！

これを
ウイルス性食中毒予防の4原則
といいます



お知らせ

カシューナッツの表示義務について

令和8年4月1日から、「カシューナッツ」が特定原材料に追加されました。

加工食品のアレルギー表示対象品目

特定原材料等		
	特定原材料等の名称	表示
特定原材料	えび、 <u>カシューナッツ</u> 、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生	義務
特定原材料に準ずるもの	アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、 <u>ピスタチオ</u> 、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン	推奨 (任意)



カシューナッツは、任意表示から義務表示に変わりました！
食品ラベルの切替えをお願いします。

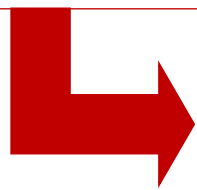
経過措置期間は令和10年3月31日まで

災害時に、堺市内で**炊き出しを実施する方は、堺市保健所への炊き出し内容の報告にご協力をお願いします。**

報告方法

原則、**堺市電子申請システム**による報告を炊き出し実施前にお願いします。電源確保が困難等で事前報告が難しい場合は、実施後でも可能です。

詳しくは堺市HPをご覧ください。



[災害時のボランティアによる炊き出し報告 堺市](#)



炊き出し実施後に食中毒が発生した場合の被害拡大を防止するため、ご協力をお願いします。



ご清聴
ありがとうございました